

Joachim Stiller

# Seneca: Briefe an Lucilius

Kurzkommentare zu den ersten  
26 Briefen



Alle Rechte vorbehalten

# Seneca: Briefe ans Lucilius – Kurzkomentare

## 1. Brief: Der Wert der Zeit

In dem Brief steckt der Satz des Sokrates drin: "Leben heißt sterben".

Seneca sagt, man könne nur die Zeit besitzen. Ich möchte hingegen behaupten, dass man nicht einmal die Zeit besitzen kann. Sie kommt und vergeht, und man kann sie nicht festhalten.

Da fällt mir ein Satz ein, den ich einmal in Anlehnung an Goethe gesagt habe: "Was Du ererbt hast von den Göttern, erwirb es, um es zu besitzen".

Seneca sagt über den, der unverschuldet in Armut lebt: "Alle verzeihen (ihm), niemand hilft ihm". Wie wahr.

## 2. Brief: Wie soll man seine Lektüre einrichten?

- An einer Stelle bleiben.

- Viel lesen hat etwas Unstetes.

- "Die Menge der Bücher zerstreut."

- Seneca sagt, man solle nur die Bücher haben, die man auch lesen kann, und ich füge hinzu, auch diese kann man sich gut in der nächsten gut sortierten Stadtbücherei ausleihen. Schafft Euch nur die wirklich notwendigen Bücher an. Ihr wisst ja, das letzte Hemd hat keine Taschen. Das gilt auch für die eigenen Bücher.

.

- Seneca zitiert Epikur.

## 3. Brief: Von dem Zutrauen gegen Freunde

Lucilius nannte den Überbringer eines Briefes seinen Freund, und dann auch wieder nicht seinen Freund, und bat Seneca, dem Überbringer des Briefes gegenüber nichts von den Inhalten ihrer Korrespondenz anzuvertrauen.

Seneca sagt nun in seinem Antwortschreiben, dass man sich seine Freunde sorgfältig aussuchen soll. Hat man aber jemanden der Freundschaft für Wert befunden und ihm die Freundschaft angetragen, solle man ihm auch bedingungslos vertrauen und sein Herz öffnen.

Ich selbst halte es ganz ähnlich, nur der letzte Punkt geht mir persönlich doch etwas zu weit. Marilyn Monroe zitierte während eines Dinners ein englischsprachiges Gedicht, das etwa "so" ging:

Verschenk Dein Herz niemals ganz;  
Nein, die Welt ist nur Schein;  
Verschenk Dein Herz niemals ganz.

Und doch soll man mit Freunden Pferde stehlen können. Sonst sind sie keine echten Freunde.

#### **4. Brief: Aufmunterung zum fortgesetzten Streben nach Weisheit – Sie befreit von der Todesfurcht**

Der Titel des Briefes lautet: "Aufmunterung zum fortgesetzten Streben nach Weisheit".

Da muss ich auch an Kant denken: "Sapere aude" (Erkühne Dich, weise zu sein).

Im Untertitel heißt es: "Sie (die Weisheit) befreit von der Todesfurcht."

Ist das wirklich so? Für den einen ja, für den anderen nein. Es hängt wohl vom Charakter ab. Was aber wirklich von der Todesfurcht befreit, ist der Gedanke der Wiedergeburt. Ich persönlich habe einen zutiefst positiven Begriff von Wiedergeburt. Und allein dieser Gedanke ist es, der mich weise macht, wenn überhaupt.

#### **5. Brief: Man trage seine Philosophie nicht zur Schau und vermeide auffallende Tracht und Lebensweise**

Der Titel des Briefes ist etwas irreführend, denn Seneca meint nicht ein Prunken und Protzen, sondern - ganz im Gegenteil - ein zur Schau stellen durch Elend, Armut, Schmutz und Selbstkasteiung. Der Philosoph soll unscheinbar wirken, weder schmutzig und verkommen, noch prunksüchtige und reich. Er soll zwischen beidem die Mitte finden. Dem kann ich mich ohne Weiteres anschließen. Das gilt übrigens grundsätzlich für jeden Menschen, nicht nur für den Philosophen.

#### **6. Brief: Senecas Wachstum in der Besserung seiner Selbst - Sein Wunsch, gemeinschaftlich mit seinem Freunde darin fortzuschreiten**

Der Titel des Briefes "Senecas Wachstum in der Besserung seiner Selbst - Sein Wunsch, gemeinschaftlich mit seinem Freunde darin fortzuschreiten" ist Programm.

Also:

**Besser Dich.**

Oder:

**Bessert Euch.**

Und:

**Das Lehrer-Schüler-Verhältnis ist jeder Zeit umkehrbar.**

## **7. Brief: Vermeide die Menge, vermeide ihre Schauspiele, zumal die blutigen, tracht nicht nach dem Beifall der Vielen**

Dem kann ich nur zustimmen. Ich selbst bin so eine Art Großstadteremit. Ich sehe kein Fern, ich höre kaum Radio, ich lese keine Zeitung. Das tägliche Einerlei der Massen interessiert mich nicht. Der Weg zur Weisheit führt nach innen.

Mit dem Beifall der Menge ist das hingegen so eine Sache. Jeder wünscht sich Anerkennung und Erfolg. Auch der Philosoph. Aber man soll den Beifall nicht erheischen wollen. Bekommt man ihn, ist es gut, bekommt man ihn nicht, ist es auch gut.

**Der wahre Philosoph genügt sich selbst.**

## **8. Brief: Die tätige Muße des Weisen**

**Arbeit muss zur Muße werden, und Muße muss zur Arbeit werden.**

**Arbeit = Muße und Muße = Arbeit**

Nichts als der Geist verdient Bewunderung.

Seneca spricht wohlwollend von Epikur, und zitiert ihn mal wieder.

## **9. Brief: Der Weise ist sich selbst genug, gleichwohl wünscht er sich Freunde**

Ganz genau. Das sagt aber nicht nur Seneca, sondern auch Epikur.

Man gebe also den Menschen den Rat:

**Genüge Dir selbst.**

Oder:

**Gott genügt sich selbst, Darum genüge auch Du Dir selbst.**

Deswegen kann man ja trotzdem Freunde haben. Man soll sie sich nur sorgfältig aussuchen.

## **10. Brief: Was dazu gehört, ohne Schaden mit sich allein zu sein**

Was dazugehört, ohne Schaden mit sich allein zu sein?

- Eine gute Gesinnung
- Ein guter Wille
- Sittliche Festigkeit
- Selbstgenügsamkeit
- Wunschloses Glück
- usw.

Alles andere kann zum Verderben führen.

## **11. Brief: Die Schamröte - Naturfehler lassen sich nicht völlig ändern - Man nehme in Gedanken musterhafte Männer zu Zeugen aller seiner Handlungen**

Naturfehler lassen sich nicht völlig ändern. Lassen sie sich überhaupt ändern?

Man kann den Charakter eines Menschen nicht ändern. Darum soll man es auch gar nicht erst versuchen.

## **12. Brief: Die eilende Zeit und ihr weiser Gebrauch**

Nutze die Zeit.

Nutze den Tag (Carpe diem).

Nutze den Tag, um zu verstehen (Carpe diem ut intelligis).

Lebe jeden Tag, als ob es der letzte wäre.

## **13. Brief: Mittel wider die Furcht**

Angst (Furcht) ist ein ganz natürliches Gefühl des Menschen, und im Prinzip jedem Menschen eigen. Es ist ein wichtiger und notwendiger Schutzmechanismus.

Gegen die Angst (Furcht) helfen:

- Mut (Tapferkeit), den Dingen ins Auge zu schauen
- Festigkeit in der eigenen Gesinnung
- Klarheit des Verstandes
- Ausgeglichenheit
- Gemütsruhe
- Bedächtigkeit
- Umsicht
- Erfahrung

## **14. Brief: Weise Sorge für das Wohl und die Sicherheit des Körpers**

Ja, man soll sich in einem mindesten Umfange pflegen, aber man soll nicht der Sklave des Körpers sein.

Und doch:

**Nur in einem gesunden Körper wohnt ein gesunder Geist.**

## **15. Brief: Über Leibesübungen als Mittel zur Erhaltung der Gesundheit**

Seneca hält es offensichtlich mit Churchill: "No sports". Der Körper soll zurücktreten und dem Geiste Raum geben.

Und trotzdem empfehle ich jedem Jugendlichen in der Wachstumsphase sportliche Betätigung, mit zunehmendem Alter intensiver und leistungstechnischer. Sport stärkt die Muskeln, Knochen und Gelenke und kräftigt Herz und Lunge. Kommt dann noch eine gesunde, vollwertige und ausgewogene Ernährung hinzu (Calcium und Vitamine), beugt das praktisch allen Erkrankungen im Alter vor. Der Wert des Sports ab frühester Jugend kann nicht hoch genug eingeschätzt werden.

## **16. Brief: Nutzen der praktischen Philosophie**

Wahres Glück erlangt nur, wer die Weisheit studiert. Hier muss der Mensch sich nach Kräften bemühen

"Sie (die Philosophie) bildest und gestaltet den Geist, sie ordnet das Leben, sie regelt die Handlungen, sie zeigt, was zu tun und zu lassen sei, sie sitzt am Steuerruder und lenkt die Fahrt durch Fluten und Klippen." (Seneca)

Auch in diesem Brief zitiert Seneca - wie in fast jedem Brief - Epikur. Mal eine bescheidene Frage: Ist Seneca vielleicht sogar ein verkappter Epikureer, den das Schicksal nur in die falsche Philosophenschule, nämlich die der Stoa, geführt hat. Wäre Seneca nicht vielleicht sogar lieber ein Epikuräer gewesen?

## **17. Brief: Nach Weisheit ist vor allem zu streben - Die Sorge um äußere Güter darf daran nicht hindern**

Rudolf Steiner formulierte diesen Anspruch für die Anthroposophie in einem genau entgegengesetzten Sinne: "Das Streben nach Anthroposophie darf nicht im Widerspruch stehen zur unmittelbaren Lebenstätigkeit."

Nicht soll der Anthroposoph abheben, und seinen festen Boden unter den Füßen verlieren.

Ganz im Gegenteil: Anthroposophie soll den Menschen "gerade" zu einem lebensstüchtigen Menschen machen.

Der Philosoph strebt nach Weisheit, den unmittelbaren Lebensvollzügen zum Trotz. Der Anthroposoph geht in der Weisheit auf, ohne seine Lebensstüchtigkeit zu verlieren.

Mit anderen Worten: Ein Philosoph, der nur durch die Gegend rennt, wie ein zerstreuter Professor, ist kein guter Philosoph.

## **18. Brief: Man ziehe sich zurück von der wilden Lust der Menge, man übe sich in Entbehrungen um gleichgültig zu werden gegen die Gunst des Glücks**

Dem würde ich widersprechen. Senecas philosophische Enthaltbarkeit und Selbstgenügsamkeit in Ehren, aber in der Frage des Genusses halte ich es mit Epikur. Man kann auch als Philosoph das Leben genießen, und man soll es auch. So lässt der amerikanische Prophet Neale Donald Walsch seinen Gott sagen:

**Genieße das Leben. Brauche nichts.**

In der Frage des Genusses ist der eigentliche Gegensatz zwischen Epikur und Seneca auf das Schärfste benannt. Freilich, beide predigen Enthaltbarkeit, beide predigen Genügsamkeit und Selbstgenügsamkeit, und „Entsagung“ ist auch meine eigene karmische Lebensaufgabe. Aber Epikur predigt Enthaltbarkeit um des höheren Genusses willen, Seneca hingegen um der höheren philosophischen Weisheit willen. Meine eigene Präferenz ist jedenfalls klar: Eine philosophische Weisheit, die auf Kosten des Genusses und der Lust geht, hat keinen Wert.

## **19. Brief: Aufforderung, aus der glänzenden Unruhe des Staatsdienstes in die philosophische Muße sich zurückzuziehen**

Seneca rät seinem Freund Lucilius, sich von der Politik ganz fernzuhalten. Die Politik ist nur ein unruhiges, schnelllebiges Tagesgeschäft, ein bloßes Rangeln um Vorteile. Der Philosoph soll sich hingegen ins Private zurückziehen, in die philosophische Muße.

Ich selbst bin zwar in meiner Jugend politisiert worden, aber die Politik interessiert mich heute nicht mehr. Ich sehe kein Fern, ich höre nur wenig Radio und ich lese keine Zeitung. Ich bin schlicht und ergreifend damit fertig, und mein Sinn strebt nur noch nach höheren Weihen. Und so gebe ich mich heute ganz der philosophischen Muße und den philosophischen Studien hin.

## **20. Brief: Die Philosophie soll dem Charakter feste Haltung geben**

Kant beispielsweise singt das Hohelied auf die Pflicht. Und das ist - zumindest zum Teil - auch richtig. Und so lehrt uns die Philosophie ein tugendhaftes Leben. Daher ist Philosophie auch ein Seelenschulungsweg, und nicht nur ein Geistesschulungsweg.

## **21. Brief: Nur das geistige Streben gibt wahren Ruhm und sichert das Andenken**

Wenn man in der Geschichte zurückschaut, so sind uns heute praktisch nur zwei Arten von Menschen tief ins Gedächtnis eingebrannt: Entweder große Herrscher, oder große Philosophen und 'Weise. Und Seneca gehört zu den letzteren. Interessant ist, dass Seneca selbst sich absolut über seine einstige Bedeutung für die Nachwelt im Klaren war. Bei vielem, was Seneca sagt, hat man unwillkürlich das Gefühl, als wolle er es der Nachwelt mit auf den 'Weg geben. Und das ist es wohl, was die wahre Größe dieses antiken Humanisten ausmacht. Wer wäre da nicht gerne ein Seneca?

## **22. Brief: Man entziehe sich dem Geschäft des öffentlichen Dienstes**

Man soll sich dem Scheinhaften Geschäft des öffentlichen Dienstes entziehen. Das heißt hier, der Politik. Senecas Urteil über die Politik fällt ungewöhnlich hart aus: Verlasse das Leben als Politiker oder setze dem Leben an sich ein Ende. Nicht schlecht für einen Politiker.

## **23. Brief: Was ist wahre Freude und wie wird sie gewonnen?**

Glück oder Glückseligkeit ist das Aufgehen der Seele in der Gegenwart Gottes. Aber Glück ist nur etwas für kurze Augenblicke. Zufrieden kann man sein, Aber glücklich?

## **24. Brief: Wie sich der Weise gegen drohende Übel waffnet**

Füge Dich in Dein Schicksal. Du kannst nichts verändern.

## **25. Brief: Über zwei Bekannte von Seneca und Lucilius, und die Art, wie ihre Besserung zu versuchen sei - Ermunterung zur Genügsamkeit - Man denke und handle als in Gegenwart eines Zeuge**

Der Brief behandelt also gleich drei Themen: Die Frage der Erziehung zweier Freunde, die Genügsamkeit und die Ethik

### **Ermunterung zur Genügsamkeit**

Dazu ist wohl nichts mehr zu sagen.

Die Ethik von Seneca hingegen ist eine denkbar einfache: Man denke und handle als in Gegenwart eines Zeugen.

Und so sagt Seneca auch (ich zitiere): "Handle in allen Stücken so, als sähe Epicurus (höchstselbst) Dir zu.



Man soll also immer so handeln, als ob man beobachtet wird. Ich will es einmal so formulieren:

**Handle (immer) so, als ob Du beobachtet wirst.**

**Handle (immer) so, als hättest Du Zuschauer.**

Wer das beherzigt, sollte niemals jemandem absichtlich Schaden zufügen.

## **26. Brief: Senecas Greisenalter - Der Tod erprobt die wahre Weisheit**

**Lebe jeden Tag, als ob es der letzte wäre.**

Natürlich besteht überhaupt keine Veranlassung, Angst vor dem Tod zu haben. Auch Seneca ist das klar, und das, obwohl er weder an ein Leben nach dem Tod glaubt, noch an das ewige Leben selbst. Ich selbst habe auch eine solche ausgesprochen atheistische Phase in meinem Leben durchgemacht, und ich hatte auch nie Angst vor dem Tod. Ich kann so eine Angst wirklich nicht verstehen, sie ist mir ganz unbegreiflich. Heute glaube ich aber trotzdem wieder an das ewige Leben und an eine Auferstehung der unsterblichen Seele im heiligen Geist, denn ich habe zu meinem alten Gottglauben zurückgefunden. Außerdem glaube ich an Wiedergeburt, für mich einer der Weisesten Gedanken, den man überhaupt fassen kann. Ich selbst habe einen zutiefst positiven Begriff von Wiedergeburt.

Joachim Stiller

Münster, 2012

Ende